icmagazine #69
[ON PARLE DE **VOUS**]

→ REPORTAGE À LIRE EN PAGE 03

AU MATÉRIEL MÉDICAL
AU SERVICE DU BIEN VIVRE

DECORATION 17
DES SOLUTIONS POUR LA MAISON

→ REPORTAGE À LIRE EN PAGE 03

JEAN JAURÈS
→ P.07 / ART DE VILLE

RECETTE GASPACHO
→ P.14

FOURAS REGARDS DE CÔTE
→ P.08 / VILLE ET VILLAGE

SARL DESCOURTIEUX
L'ART DES SOLS

Depuis 1997 et avec une expérience de plus de 30 ans, ces spécialistes vous accompagnent pour la réalisation de tous vos travaux de revêtements de sols. Référence en matière de chape fluide, l'entreprise répond par la performance, la qualité et la compétitivité grâce à la fiabilité et à la garantie de cette technique agréée Sika. À chaque type de chape, son efficacité : syntichape (chauffage au sol hydraulique), viscochape (chauffage au sol électrique), microbéton (rapidité de mise en œuvre, 2h pour 100m2). Conducteur de travaux, Dominique Descourtieux épaulé de son équipe (dont Mickaël Thomas, relations commerciales) met à la disposition des particuliers et des professionnels, des solutions qui ont fait leurs preuves avec pas moins de 500 chantiers à l'année dans le département, soit 50000m2 de chape fluide. Autre compétence qui appuie la notoriété de l'entreprise (référencée à l'émission D&co sur M6) : l'offre de carrelage, faïence, céramique, pierre naturelle… à découvrir dans un nouveau showroom à Saint Laurent de la Prée qui a ouvert ses portes début 2012 avec Charlène pour vous accueillir.

→ Showroom du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-19h. Samedi sur rdv.
SARL agréée Qualibat. Également équipe de poseurs carreleurs. ZA du Bois Brûlé - rue des Genêts à Saint Laurent de la Prée
Tél. 05 46 99 31 88 et 06 98 26 45 75 / sarl.descourtieux@gmail.com / stlaurentcarrelage.charlene@gmail.com

8 Éditions en Charente & Charente-Maritime avec 310 000 ex. distribués par MédiaPost
MENSUEL GRATUIT / WWW.ICIMAGAZINE.COM / TÉL. 05 46 74 26 26 / **COMMERCIALE NATHALIE REUX 06 30 30 44 67**

Concept Alu
HABITAT & VÉRANDA

NOUVEAU
VERANDA
GAMME BBC

Ma véranda
m'aide à moins consommer

CONFORT BBC
OFFRE SPÉCIALE
JUSQU'AU 25 JUIN

05 46 67 36 47
www.conceptalu.com

Site expo de La Rochelle
7, rue Lambertz - 17 LA ROCHELLE
Bord de rocade direction La Rochelle
Rochefort - proche Renault

L'Édito
Scènes d'un soir

Comme chaque année le 21 juin, on sera là pour tenter, malgré les poussettes et les corps-à-corps dus à l'affluence rituelle, de traverser la ville dans l'unique but de faire plaisir à nos oreilles. La fête de la musique déboule, branchez les guitares, ouvrez les micros et balancez les accords ! Car ce que l'on aime fondamentalement dans ce rendez-vous, ce sont ces bouts de talents qui s'enchaînent à tous les coins de rue. Avec parfois au détour d'un kiosque, des vraies claques artistiques mais aussi des couacs en vrac. Ça fait partie de l'ambiance qui se veut très indulgente. Il est vrai qu'on aimerait tous pouvoir descendre ce soir-là pour jouer avec frénésie un morceau à la gratte. Le problème, c'est qu'il faut savoir jouer ! La guitare restera en déco dans la maison et puis c'est tout ! La diversité des genres, c'est aussi l'expression même de la fête de la musique. Croiser une cornemuse juste après un son techno, il n'y a rien de curieux dans tout ça ! C'est ce contraste qui est fort, très fort ! "Qu'est-ce tu dis ?", "Je dis, c'était bien !" Les affinités musicales peuvent certes diverger mais l'énergie déployée est telle que l'on s'interdira tout commentaire. Peut-être un quand même, qui concerne les spectateurs qui prennent leur rôle très à cœur en oubliant qu'il y a des orteils qui ne sont pas les leurs, qui les réceptionnent à chacun de leur saut… Pas grave, on évitera les sandales cette année !

Nathalie Sauvêtre

Groupe ICI MÉDIA
ZA La Sauzaie / 17100 Fontcouverte
Tél. 05 46 74 26 26 / info@icimagazine.com
www.icimagazine.com

Directeur de publication : Laurent Hervé ■ Secrétariat et Facturation : Muriel Hervé ■ Rédactrice en Chef : Nathalie Sauvêtre 05 46 74 86 80 ■ Rédaction : Julie Champenois, Laure Bergeron, Mélanie Da Cunha ■ Conception graphique : Julien Graizely & Emeric Dumargue ■ Photos : Sandrine Hervé 06 62 05 00 44 & Rodolphe Robin ■ Chargée de clientèle Pays Rochefortais : Nathalie Reux 06 30 30 44 67 ■ Impression : Imprimerie Fabrègue ■ Distribution boîtes aux lettres : 50 000 ex. Médiapost. ■ ISSN : 2108-3460

Toute reproduction même partielle du contenu est interdite sans l'accord écrit du magazine. Tous les reportages d'entreprises, commerces et associations à but lucratif sont à caractères publi-informatifs et relèvent de la responsabilité des annonceurs.

AU MATÉRIEL MÉDICAL
AU SERVICE DU BIEN VIVRE

Parce que préserver le maintien à domicile d'une personne est une priorité pour son bien-être, les professionnels de l'entreprise Au Matériel Médical s'engagent sur la notion de service et d'écoute personnalisés. Depuis 2000, Thierry Nocquet, ancien ambulancier, Stella (service livraison) et Delphine (service commercial), apportent des solutions adaptées pour faciliter les gestes du quotidien rendus difficiles par l'âge, la maladie ou le handicap. "Nos prestations concernent la vente, la location et l'installation de matériel médical à l'attention des professionnels et des particuliers", précise le responsable. Au-delà de l'aspect médical, la notion de confort pour tous est largement représentée avec une offre diversifiée d'accessoires pour toute la maison : aides techniques, aides au déplacement, fauteuils releveurs, articles de salle de bains, de cuisine… Enfin, grâce à une gamme complète de protections, l'équipe met sa discrétion au service de votre confiance pour tous vos problèmes d'incontinence.

LES PLUS
Livraison gratuite sur le 17
Essai à domicile
Service après-vente

*Valable jusqu'au 31/07/2012. Voir conditions.

OFFRE : 10% DE RÉDUCTION SUR LES FAUTEUILS RELEVEURS*.

→ 25 ZA de la Fontaine à Breuil Magné / Tél./Fax : 05 46 84 10 22
www.materiel-medical-rochefort.fr

DÉCORATION 17
DES SOLUTIONS POUR LA MAISON

L'embellissement, l'entretien de l'habitat, c'est son métier depuis 24 ans. La petite entreprise d'Olivier Moreau, à son compte depuis 2005, s'est fait un nom du côté de Beurlay avant de s'installer récemment sur Tonnay-Charente. Le point sur son activité et son actualité.

Pour quels types de prestations intervenez-vous ?
Olivier Moreau : Pour résumer, nous réalisons vos projets du sol au plafond : peinture, revêtements sol et mur, décoration à effet de matière (béton, enduit cirés…). À l'extérieur, notre savoir-faire s'applique aux traitements des toits et façades, ravalements, imperméabilisations et isolation thermique par l'extérieur.

Depuis décembre, vous avez ouvert un magasin…
Effectivement, il fait office de showroom et d'espace de vente pour les particuliers et les professionnels avec des références de renom comme Seigneurie, Gauthier.

Pourquoi faire appel à vous plutôt qu'une autre entreprise ?
Le bouche à oreille nous prête des valeurs de sérieux et de qualité. Mais c'est au client d'en juger !

→ 94 avenue d'Aunis à Tonnay-Charente
Tél. 05 46 82 46 67 et 06 79 45 13 31

PROMO DE SAISON : JUSQU'À 35% DE RÉDUCTION* SUR LA GAMME DE PEINTURE POUR FAÇADE ET INTÉRIEUR.

*Offre valable jusqu'au 15/09/2012. Voir conditions.

Lucide 17, dépister pour agir

Aujourd'hui encore, le cancer du sein reste de loin le cancer le plus fréquent chez la femme (avec 53 000 nouveaux cas estimés en 2011 en France). L'adage populaire qui dit "qu'il vaut mieux prévenir que guérir" est on ne peut plus vrai dans le cas du cancer du sein. Lorsqu'il est détecté à un stade précoce, le cancer du sein peut être guéri dans plus de 9 cas sur 10. "Le ministère chargé de la Santé a donc engagé depuis plusieurs années des programmes nationaux de dépistages organisés qui, en Charente-Maritime, sont coordonnés par l'association Lucide 17* (LUtte contre les Cancers, Information et DÉpistage en Charente-Maritime)," explique le Dr Anne Feyler, l'un des deux médecins coordonnateurs. Depuis juin 2003, l'association basée à Saintes propose ainsi un dépistage organisé du cancer du sein à plus de 100 000 femmes, âgées de 50 à 74 ans et résidant dans le département, en relation étroite avec les professionnels de santé. "La participation des femmes au dépistage organisé, dans notre département (54,8%), est supérieure à la moyenne nationale (52,7%) mais reste bien en-dessous des objectifs visés (70%). On note cependant une disparité géographique avec une sous-participation des arrondissements de Saintes et de Saint Jean d'Angély." Pour promouvoir le dépistage, Lucide 17 est à l'initiative de campagnes d'information et d'animations. "Le mois d'octobre est traditionnellement le mois de mobilisation autour du dépistage du cancer du sein, baptisé Octobre Rose. Au niveau départemental, notre association a décidé en 2011 de mobiliser les 472 communes du département. 149 municipalités ont répondu à l'appel et nous ont aidé à sensibiliser le grand public en illuminant ou en enrubannant de rose un monument, une fontaine, une statue de femme ou encore la Marianne de leur commune durant tout le mois d'octobre." Une manière originale de rappeler à tous et surtout à toutes, l'importance de se faire dépister…

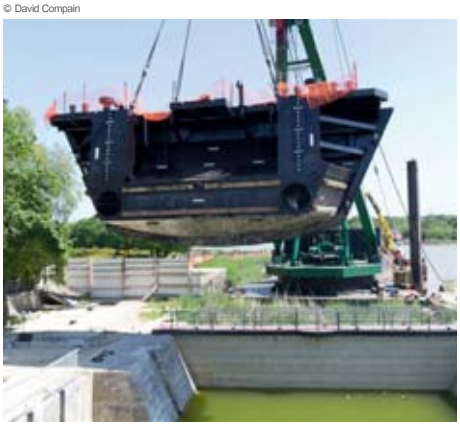
→ Lucide 17 - 1 Bd Vladimir – Fief Montlouis à Saintes / Tél. 05 46 90 17 22

*Lucide 17 coordonne également le dépistage organisé du cancer colorectal en Charente-Maritime, pour les hommes et les femmes entre 50 et 74 ans.

Exposition Liberté

Dans le cadre de la saison culturelle de la Communauté de Communes du Bassin de Marennes, l'exposition "Liberté" sur le thème des gens du voyage sera proposée du 12 juin au 29 juin à l'office de tourisme de Marennes. Cette exposition est gracieusement prêtée par l'Association Départementale Voyageurs Gadjé 17 (ADVG 17). Gratuit. **Tél. 05 46 85 98 41**

© David Compain



Les portes de l'aventure

Acheminées et installées avec grande maîtrise, les deux structures sont désormais en place. Les bateaux-portes de la forme Louis XV et de la forme Napoléon III ont mis en avant les difficultés et le caractère exceptionnel de cette entreprise, indispensable pour la mise à flot de la coque de l'Hermione le 6 juillet prochain. Marée, vent, courant, l'envasement tous les paramètres ont été appréhendés avec minutie malgré une part d'incertitude due à ces éléments naturels. La délicatesse des manœuvres a recueilli tout le soutien du public applaudissant tant l'intensité était palpable. Une opération réussie accompagnée du soulagement et du ravissement des équipes techniques.

RÊV' À BORD
TOUS EN PISTE !

Envie de faire le cirque pour l'anniversaire de vos bambins ? Kinta, professionnelle de la piste aux étoiles, anime des ateliers jonglerie et autre équilibre sur matériel, lors de vos goûters et fêtes ! Et si le cirque vous passionne, rendez-vous dans sa boutique où vous trouverez tout ce qu'il faut : balles, massues, bâtons du diable, assiettes chinoises, diabolos, torches, trapèzes, échasses, monocycles, boule d'équilibre, livres, DVD, jeux, jouets en bois et cadeaux sur le thème du cirque…

→ La boutique Rêv' à Bord ouverte du mardi au vendredi de 14h à 18h30, samedi de 10h à 12h et de 14h à 18h30, et tous les après midi pendant les vacances scolaires. Cet été, retrouvez Kinta sur les marchés ! 42 rue Toufaire à Rochefort / Tél. 05 17 25 47 56 et 06 87 87 25 00 / revabord.jimdo.com www.facebook.com/Boutiquecirque

Compagnie L'Or-en-Ciel
Manipulations oniriques

Des spectacles telle une bulle de tendresse dans laquelle s'expriment des personnages animés par la main et le cœur de Laurence Stajnowicz, marionnettiste. Au sein de la Compagnie L'Or-en-Ciel, le rêve a une place d'honneur qui fait briller les regards…

Vous donnez vie à vos personnages dans tous les sens du terme…
Oui, je fais tout ou presque ! J'écris les histoires, je construis les marionnettes, principalement en mousse, ainsi que les décors.

Un mot sur votre dernier spectacle ?
Il s'intitule "Ça ne sert à rien de bouder" et s'adresse aux petits spectateurs à partir de 3 ans. Il est le fruit d'une collaboration avec Anne Ducol qui a composé les chansons. Un autre projet de création me tient à cœur : "Nais-Sens" ou la naissance de l'amour à travers un œuf. La compagnie propose également des ateliers et des stages dans les établissements.

Votre marionnette fétiche ?
D'abord, une marionnette à tringle qui a l'allure d'un vieux sage. Puis une autre sur table, nommée Galéor. Il y a aussi Lilou, cette petite rouquine toute douce m'a permis de rentrer dans la cour des grands et m'a surtout donné l'envie d'y rester. Sans oublier Ben, bien sûr, qui est un peu la mascotte de mes stagiaires. J'aime sa tronche de soleil qui m'a fait rencontrer de belles connaissances.

→ à Rochefort
Tél. 06 17 20 38 88
lameor@gmail.com
www.myspace.com/compagnielorenciel
Page Facebook

PARAMAT

Votre agence Paramat à Tonnay- Charente vous propose son nouveau rayon de chaussures confort de marques Adour, Bruman et Pulman… Découvrez la collection printemps-été, des modèles chics et élégants.

→ ZAC de la Fraternité, avenue Pont Rouge (face à Conforama) à Tonnay-Charente
Tél. 05 46 99 80 40
agence.rochefort@paramat.com
ouvert du lundi au vendredi

Des amis et compagnie...

À poils ou à plumes, à bec ou à museau, canins, félins, rongeurs ou reptiles, ils nous font craquer ! 2 Français sur 3 possèdent un animal de compagnie : ils sont soixante millions, dont plus de huit millions de chiens et dix millions de chats, à partager nos foyers. Véritable habitants de la maison, nos animaux font partie de notre vie quotidienne et c'est pour cela que nous les chérissons !

"On évalue la grandeur d'une nation et son progrès moral à la façon dont elle traite les animaux."
Mahatma Gandhi

AU BIEN-ÊTRE DES ANIMAUX

Annie et Julia vous proposent de nombreux accessoires pour le confort de votre animal de compagnie et vous apportent des conseils au quotidien. Vente d'animaux : chiens, chats, rongeurs, oiseaux, poissons, tortues… d'animaux). Également rayon cadeaux et déco.

→ 12 avenue Charles de Gaulle à Rochefort
Tél. 05 46 99 03 39

20% DE REMISE SUR PRÉSENTATION DU MAGAZINE DU 1 AU 30 JUIN 2012*

*Offre non cumulable, voir conditions.

LES CARRIÈRES NOIRES
UNE ENSEIGNE QUI A DU CHIEN !

Depuis 1976, Les Carrières Noires dédient leur savoir-faire à la relation privilégiée qui lie l'homme à l'animal. Éducation, pension, formation, vente de chiens, d'aliments et de matériel… c'est ici que la passion de la race canine prend tout son sens. Dans un parc de 6 hectares, l'équipe vous accueille dans la bonne humeur et avec tout le professionnalisme qu'on lui connait.

→ Route de Royan à Échillais / Tél. 05 46 83 35 66
contact@educationcanine17.com / www.educationcanine17.com

LES PLUS
Équipe compétente
Expérience de plus de 30 ans
Parc de 6 hectares
Garantie de qualité
Respect des délais

Bonnes notes

En mai dernier, l'association des sociétés et écoles de musique 17 a délivré le palmarès de ses jeunes talents 2012 au palais des Congrès de Rochefort. Le 1er Prix de la ville de Rochefort revient à Guitares Trape, quatuor du conservatoire de la CdA de La Rochelle. 2e Prix du Lions Club à Quatuor Palissy du Conservatoire Municipal Musique et Danse de Saintes. 3e Prix du Crédit Mutuel Océan pour Fleurycolus, groupe de rock de l'école de musique de la Petite Aunis à Aigrefeuille.

Hisse et haut

Le Port de Plaisance de Rochefort a reçu le label écotouristique du pavillon bleu pour la qualité des eaux portuaires.

*Offre non cumulable, voir conditions.

OSEZ POUR ELLE ET LUI

Venez découvrir votre nouvelle boutique "love shop". Accessoires, tenues sexy, lingeries fines, huiles de massages, sex toys, Dominique vous conseille (discrétion assurée) et vous reçoit du lundi de 15h à 19h et du mardi au samedi de 11h à 19h.

➔ 1bis rue du Cochon Duvivier à Rochefort

10% DE REMISE SUR PRÉSENTATION DU MAGAZINE DU 1ER AU 30 JUIN 2012*

AUDIOCIBEL
L'ACTUALITÉ DE L'AUDITION

On vous dit souvent que vous mettez le volume de la télé trop fort ? Vous faites répéter plusieurs fois celui qui vous parle ? Vous avez du mal à comprendre toutes les conversations ? Ces signes peuvent être évocateurs d'une baisse d'audition. Éric Alessandri, audioprothésiste diplômé d'État, vous conseille sur les aides auditives existantes pour améliorer votre audition. Après un bilan auditif gratuit, vos besoins sont évalués et il ne vous reste plus qu'à choisir votre équipement personnalisé selon vos envies, votre style de vie et votre budget.

Fiabilité et précision avec le Chronos de Bernafon. Cet appareil est d'un grand confort grâce à la suppression de l'effet larsen et des bruits d'ambiance. Combiné à la technologie de communication sans fil, le Chronos se transforme en casque audio pour votre télévision. Son prix attractif répondra au mieux à vos besoins et votre budget.
Élégance, confort et discrétion avec l'Audéo S Smart de Phonak. Il offre différentes combinaisons de designs et de couleurs adaptés à vos goûts personnels. Simples d'emploi, ils sont discrets et conçus pour durer.
La marque Unitron propose sa gamme de Moxi qui amplifie la parole pour lui donner une clarté exceptionnelle tout en atténuant les bruits de fond indésirables. Cet appareil bénéficie de solutions simples, automatiques et discrètes.

➔ Du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h.
36 rue Denfert Rochereau à Rochefort / Tél. 05 46 87 66 51 / audiocibel@gmail.com

➔ Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h30.
67 avenue Coligny à La Rochelle / Tél. 05 46 09 57 78 / audiocibel@gmail.com

PILES AUDITIVES À 4,5€ LE PAQUET AU LIEU DE 6€.
-10% SUR LES PRODUITS D'ENTRETIEN.

*Offres valables sur présentation du magazine jusqu'au 30 juin 2012.

CAGOUILLE EXPRESS
SAINT-TROJAN SANS STRESS !

NOUVEAU !

Les cagouilles (petit nom charentais de l'escargot) vous promènent à bord d'un petit train routier dans la charmante cité balnéaire de Saint-Trojan-les-Bains. Vous profiterez de points de vue remarquables sur le Coureau, le marais des Bris ou encore le front de mer et vous vous laisserez conter le passé du village enfoui sous les sables, qui renaîtra grâce à la mode des bains de mer, au développement des établissements de santé, puis de l'ostréiculture. Visites commentées de 30 minutes, tous les jours d'avril à juin (sauf le lundi) et tous les jours en juillet et août. Départs à 11h et 16h, place du Maréchal Leclerc (La Poste) à Saint-Trojan (Île d'Oléron).

➔ Plus d'infos au 07 86 75 28 88
cagouilleexpress@laposte.net

RÉDUCTION DE 10 % EN JUIN 2012 SUR PRÉSENTATION DU MAGAZINE*

* Voir conditions

HAPPY CASH
ACHETEZ ET VENDEZ MALIN

Spécialiste de l'achat et de la vente de produits d'occasion, Happy Cash optimise votre pouvoir d'achat depuis 10 ans à Rochefort. Multimédia, high-tech, métaux précieux (or, argent…), l'enseigne rachète en espèces vos articles en état de fonctionnement, quel que soit leur âge. Une bonne adresse qui associe un concept ingénieux à double vocations, des prix attractifs, des conseils de pros et une carte de fidélité avantageuse !

➔ Le lundi de 14h à 19h. Du mardi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 19h.
7 rue Lafayette à Rochefort / Tél. 05 46 87 64 08
www.happy-cash.fr

MUTUELLE DE POITIERS ASSURANCES
PROXIMITÉ ET EFFICACITÉ

Parce que votre Agent général exclusif vous accompagne au quotidien, les services sont nombreux pour prendre soin de vous et de vos proches : complémentaire santé, assurance habitation, auto, professionnelle pour les artisans… Les formules sont nombreuses et adaptées selon vos besoins et votre budget : "Notre objectif est de trouver les solutions d'assurance qui correspondent aux demandes de nos différents clients et sociétaires."

➔ 86 rue de la République à Rochefort
Tél. 05 46 99 23 02

N°Orias 07001100 - Société d'assurance mutuelle à cotisation variable contre l'incendie, les accidents et les risques divers, société civile fondée en 1738. Entreprise privée régie par le Code des Assurances.

SEBWEB
GAGNEZ EN VISIBILITÉ !

Décider de créer votre site internet augmente considérablement votre visibilité. En effet, de plus en plus de clients consultent internet pour se renseigner et faire des achats de produits ou de services en ligne. Spécialisé dans la création de sites internet d'entreprises de toutes tailles et pour tous types de secteurs d'activités, Sebweb s'adresse aux commerçants, artisans, PME, PMI, auto entrepreneurs, institutions, associations et particuliers qui souhaitent profiter d'un service professionnel. Étude, dépôt de votre nom de domaine, mise en place de votre site, hébergement, référencement dans les moteurs de recherche… Avec des solutions "tout inclus", Sebweb facilite au maximum l'accessibilité de votre vitrine web.

➔ De 9h à 18h (répondeur en cas d'absence)
À Pont l'Abbé d'Arnoult / Tél. 06 01 92 41 44
ou 05 46 972 372 / contact@sebweb.fr
www.sebweb.fr

MEUBLES ORGÉ GILBERT
CONFIANCE, SÉCURITÉ ET QUALITÉ

Retrouvez le sérieux et les compétences de votre fabricant avec des meubles et les prix sur-mesure toute l'année. Depuis plus de 50 ans, l'enseigne expose son savoir-faire de plusieurs générations à Pont L'Abbé d'Arnoult. Mobilier de tous styles, salons, literies… Sur 1000m² d'exposition, vous n'aurez que l'embarras du choix pour composer l'intérieur qui vous ressemble. Une bonne adresse où l'on apprécie également les conseils de pros.

➔ Lundi : 14h-19h, du mardi au vendredi : 9h-12h 14h-19h, samedi : 9h-12h 14h-18h.
97 avenue André Malraux à Pont L'Abbé d'Arnoult (près du lycée St Louis)
Tél. 05 46 97 00 47

Je me mets à l'éco-conduite

Rouler à vitesse constante, voyager léger, s'assurer d'avoir des pneus bien gonflés… Autant de conseils sur ecoconduite.org qui vous permettent d'alléger jusqu'à 20% votre consommation de carburant et ses rejets en CO_2. Parmi ceux-ci, le shifting up, ou l'art de monter les rapports. Le principe est simple : il s'agit de changer de vitesse dès que possible pour toujours être dans le rapport le plus élevé. En gros, à 3000 tours minute le moteur consomme deux fois plus de carburant qu'à 1500 tours minute. On a donc intérêt à toujours rouler dans le rapport le plus haut, les rapports inférieurs ne servant qu'à atteindre celui-ci le plus rapidement possible. Attention, atteindre le rapport le plus élevé le plus rapidement possible ne veut pas dire qu'il faut utiliser la pleine puissance du moteur à chaque passage de vitesse en mettant le pied au plancher ! Là encore, il ne faut surtout pas avoir le pied lourd et doser progressivement la montée en régime. Des règles simples à appliquer auxquelles les jeunes conducteurs sont désormais sensibilisés dès leur apprentissage à la conduite en auto-école.

Une puce dans le permis de conduire

Fini le papier rose, à partir du 1er janvier 2013, le permis de conduire adoptera un format de carte bancaire et inclura… une puce électronique. Contenant les empreintes digitales du titulaire, elle donnera accès à un site Internet dédié au règlement des amendes routières ou à la consultation de son solde de points.

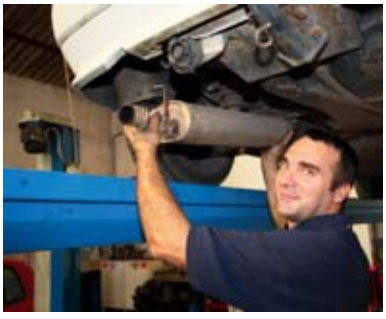
→ Plus d'infos sur www.preventionroutiere.asso.fr

R'BUS

Les conseillères commerciales de la boutique R'bus vous aident à organiser vos déplacements sur les lignes du réseau de transport urbain du Pays Rochefortais.

→ Boutique R'bus
41 avenue Wilson à Rochefort
Tél. 05 46 99 22 66 / www.rbus-transport.com

GARAGE PILARD
SUR LA ROUTE DES VACANCES



Parce que le départ en vacances est un moment important pour toute la famille, autant mettre toutes les chances de son côté ! Le contrôle de votre véhicule est effectivement un élément indispensable pour partir en toute sécurité : niveaux d'eau et d'huile, révision de la climatisation, gonflage et état des pneumatiques, état de la batterie, des freins… Le garage Pilard révise votre auto de fond en comble pour vous assurer une voiture performante et sans problème sur la route des vacances. Il ne vous reste plus qu'à prendre le volant et à rouler prudemment. Expérience et savoir-faire à votre service : vous avez affaire à de véritables pros !

→ Du lundi au vendredi
8h-12h et 14h-18h, samedi 9h-12h.
109 avenue André Malraux à Pont l'Abbé d'Arnoult. Tél. 05 46 90 14 42

THIMONNIER CARROSSERIE
UN AN DÉJÀ !

Peinture, vente d'automobiles neuves ou d'occasions, nettoyage, véhicules de collection, carrosserie, rénovation de phares… Voilà un an que l'enseigne de Benoît œuvre dans la bonne humeur avec grande technicité. Particuliers et professionnels peuvent faire appel au savoir-faire de cette entreprise familiale qui met à leur disposition des véhicules de remplacement. Et parce qu'un an ça se fête, Thimonnier Carrosserie vous fait profiter d'une offre anniversaire (voir ci-dessous) !

Bon à savoir : désormais, en cas d'accident, vous avez le libre choix du carrossier.

→ Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h-18h, le samedi de 8h à 12h.
ZA du Bois Brule à Saint Laurent de la Prée
Tél. 05 46 84 02 41

OFFRE ANNIVERSAIRE -10% SUR TOUTE RÉPARATION DE VÉHICULE*

*du 15 juin au 31 août 2012. Voir conditions.

Les points forts d'AUTOPRIX

En neuf :

Véhicules 0km et garantis constructeur 24 mois minimum

Reprise d'anciens véhicules au meilleur prix

En occasion :

Véhicules garantis "jamais accidentés"

Véhicules intégralement révisés

Garantie jusqu'à 12 mois

AUTOPRIX
À votre service depuis 1996

Envie d'acheter un véhicule neuf ou d'occasion à prix attractif ? Pour cela, il suffit de s'adresser à la référence en matière de vente et de reprise automobile toute marque : AUTOPRIX. Présente depuis 16 ans à La Rochelle, l'enseigne est bien connue pour son sens du service et de proximité, et trouvera le véhicule neuf ou récent adapté à votre demande. Le plus : excellent rapport qualité/prix.

→ Du lundi au vendredi de 9h30 à 13h et de 14h à 19h30, le samedi sur rendez-vous.
34 Boulevard Delmas à La Rochelle.
Tél. 05 46 30 08 00 / www.autoprix.fr

Rue Jean Jaurès

Réalisée selon un plan en damier, la ville de Rochefort confère à ses rues un aspect graphique... Alors que Puyravault, Cochon Duvivier, de Gaulle et Lafayette descendent en parallèle en direction de la Charente, la rue Jean Jaurès les traverse de tout son long dans une remarquable perpendicularité. De portes assorties d'un heurtoir aux garde-corps en fer forgé, les détails patrimoniaux de cette artère méritent d'élever les regards. Commerces et enseignes se profilent comme autant de bons numéros où l'on peut prendre le temps de s'arrêter.

À l'angle de l'art

Quel symbole plus parlant qu'une galerie, située à la croisée de Jean Jaurès et de La Fayette, qui accueille en son sein des parcours artistiques mélangés ? C'est naturellement au détour de notre incursion dans la rue que nous avons souhaité appréhender l'esprit de la galerie Aurore. Cette semaine-là de mai, trois artistes régionaux confondent harmonieusement leurs univers : les expressions du mouvement en bois flotté de la plasticienne Pierrette Dijonneau semblent danser devant les encres généreuses de Sophie Dubreuil et l'empreinte ondulante et colorée d'Alain Dumont. En juin, d'autres créations, d'autres horizons.

TERRE-OCÉAN
DES MOULES À TOUTES LES SAUCES !

C'est à base de produits 100% frais que Patrice a travaillé sur l'alliance des saveurs et des textures pour nous offrir une carte d'été de qualité, qui fait la part belle aux moules, cuisinées à toutes les sauces. Comptez 8€ pour 500g de moules (sauce au choix) et 11,50€ pour la "Maxi-moule" (soit 800g de moules), le tout accompagné copieusement de frites maison. Parmi les nouveautés, goûtez au plat "éco" à base de viande et de légumes frais pour 6,50€ seulement (du lundi au vendredi midi). Le plus : des prix revus à la baisse grâce à une clientèle toujours grandissante. On aime !

→ Intégralité de la carte disponible en plats à emporter. Ouvert tous les jours midi et soir, sauf le dimanche. Repas de groupe. 82 rue Jean Jaurès à Rochefort
Tél. 05 46 87 05 81 /TerreOceanRochefort.com

TECHNICUIR

15 ans d'expérience pour Claudine Bellamy et son équipe, spécialistes dans la rénovation de l'ameublement et de vos vêtements en cuir ainsi que le recouvrement de vos sièges et coussins en cuir, vinyl et tissus.

→ 54 rue Jean Jaurès à Rochefort
Tél. 05 46 87 38 55 / technicuir17@free.fr

AXA ÉRIC JAILLON

Éric Jaillon et ses collaboratrices sont à votre service pour toutes études en matière d'assurances et de banque du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h, le samedi de 9h à 12h.

→ 86 rue Jean Jaurès à Rochefort
Tél. 05 46 99 10 97 / agence.jaillon@axa.fr

PATAT CHAUD

Depuis plus de 10 ans, le restaurant tenu par Daniel et situé en centre-ville vous propose ses spécialités de patates chaudes cuites au four à l'ancienne avec ses viandes, ses omelettes aux œufs bio, ses salades et ses desserts maison.

→ 72 bis rue Jean Jaurès à Rochefort
Tél. 05 46 87 58 91

Fouras
Regards de côte

Depuis ses ports du nord au sud, son sémaphore trônant fièrement sur le front de mer nouvellement valorisé, au kiosque près de l'église où résonnent les voix de toutes les générations, aux maisons typiques des "Bains" d'une autre époque en direction de la fascinante pointe de la Fumée, la presqu'île de Fouras nous livre son tour de charme dans sa "presqu'insularité". Aix, Oléron, Ré, gardent l'œil depuis des siècles, sur cette belle singulière reliée à la terre.

La Touline
Liens de vie

Lorsque nous arrivons sur les lieux, les sourires d'Annick, la Présidente, et de Myriam, animatrice coordinatrice, nous présagent un moment authentique de convivialité. Dans ce petit bureau parsemé de petit mobilier, livres, jouets, l'esprit de la Touline nous est livré avec sincérité et dynamisme. Du nom d'un nœud marin jeté du bateau à quai, l'association indépendante depuis 2008, affiche une symbolique forte de main tendue. De quelles façons ? Et pour quelles actions ? La Présidente expose le principe de la braderie permanente fonctionnant par le don. "Vêtements, meubles, vaisselle, livres… nous recevons d'énormes arrivages qui, triés, rejoignent les différents corps du bâtiment, gracieusement prêté par la Municipalité. Le surplus est envoyé vers d'autres associations caritatives (au Sénégal, Maroc, Madagascar, Haïti). Quant aux pièces inutilisables, elles prennent la direction de Trio, centre de tri à Niort affilié à Emmaüs." Clairement qui achète à la braderie ? "Il y a les inconditionnels qui viennent pour voir les nouveautés et puis toutes celles et ceux qui veulent faire de bonnes affaires et en profiter pour discuter autour d'un café ou d'un thé. C'est vraiment la notion de mixité sociale qui prévaut", poursuit Myriam. Les ventes réalisées permettent d'employer 2 salariés et de mener en partenariat avec le CCAS, des actions sociales à l'attention des publics défavorisés (sorties enfants, participation aux vacances seniors…). Des idées et du temps, les bénévoles de la Touline n'en manquent pas, avec notamment ce projet de jardins familiaux sur Fouras et cette palette d'ateliers qui réunit aujourd'hui des amateurs d'art floral, couture, aquarelle, modelage, cuisine, informatique et prochainement restauration de petits meubles. "Sans court-circuiter les associations fourasines, notre volonté est de transmettre bénévolement un savoir-faire également étendu à des ateliers d'alphabétisation, rattrapage scolaire, service juridique, anglais." En créant du lien, les 25 femmes de l'association réussissent le tour de force de Réunir par le partage et la bonne humeur.

→ Ouvert tous les après-midis sauf samedi et dimanche, toute l'année.
La Touline recherche un animateur Aquarelle bénévole pour la prochaine saison. 24 rue Dieu me garde à Fouras
Tél. 05 46 82 79 65

En bref
Éco-attitude

Dans notre recherche d'informations sur les commerces de la commune, on nous a fait part d'une initiative intéressante au Four'as Pizz. Soucieux de ne pas incommoder son voisinage et de ne pas polluer, le responsable des lieux s'est équipé en 2011, d'un destructeur de suie, un nouveau système d'épuration de fumées et de suie pour fours de pizzerias alimentés au bois. Le système de filtration se base sur l'élément le plus simple : l'eau du réseau de distribution qui filtre et épure les impuretés produites par la combustion. Résultat : pas de fumée noire et une belle action pour l'environnement.

CASINO DE FOURAS
VOS ÉVÉNEMENTS EN GRAND !

À deux pas de la plage, le Casino de Fouras vous invite à célébrer tous vos événements. Mariages, baptêmes, réceptions privées, séminaires… découvrez tout le charme d'une ambiance conviviale et unique dans un établissement particulièrement apprécié depuis 1886. La salle d'amphithéâtre ainsi que la salle de réception "Émeraude" sont à votre entière disposition. Atmosphère personnalisée et souvenirs garantis !

→ Place Bugeau à Fouras
Tél. 05 46 84 63 16

LF 17 AMÉNAGEMENT

Simon et Rémi sont à votre service pour l'aménagement intérieur de votre maison, en neuf ou en rénovation : plâtrerie, isolation, revêtements de sol, salle de bain… ainsi que vos travaux extérieurs : bardages et terrasses bois.

→ 3 impasse Astier à Fouras
Tél. 06 15 71 76 88 / contact@lf17.fr

DUMANS ALEXANDRE MAÇONNERIE

ENTREPRISE 100% LOCALE

Fort de plusieurs années d'expérience, c'est en 2004 qu'Alexandre Dumans s'installe comme maçon à Fouras. "Je suis arrivé un peu comme un cheveu sur la soupe, plaisante-t-il. Au fil des années, j'ai réussi à faire ma place, et mon travail est aujourd'hui reconnu. Nous intervenons essentiellement sur des projets de rénovation de maisons à Fouras, c'est un vrai plaisir car le patrimoine et le cadre de vie sont très agréables ici." Maçonnerie, charpente, couverture, carrelage intérieur et extérieur, l'équipe composée de 3 ouvriers jusqu'ici a même été étoffée par une 4e recrue. De belles perspectives d'avenir pour cette entreprise compétente.

→ Lotissement de l'Olivière à Fouras
Tél. 05 46 83 37 62
dumans.alexandre@wanadoo.fr

PASCAL GENTILHOMME
UN PEINTRE HEUREUX !

C'est à Rochefort, au sein d'un hôtel particulier, que nous rencontrons Pascal Gentilhomme. "Ça va bientôt faire 10 ans que je me suis installé comme peintre décorateur. Avant, je travaillais au sein d'une entreprise de peinture mais l'aspect décoratif n'y était pas une priorité…" Aujourd'hui épaulé de sa femme Aline, Pascal réalise enduits, stucs, badigeons, matières décoratives… Pour le chantier en cours, c'est Elisabeth, propriétaire, qui nous parle de l'artisan : "C'est notre architecte qui nous l'a conseillé, pour son âme de décorateur. Il est de bon conseil, rigoureux et méticuleux. Il siffle en travaillant : c'est un peintre heureux, bien dans son métier."

→ 4 lot Le Colombier à Fouras
Tél. 05 46 83 30 93 et 06 74 12 05 13

La vie des marais

Balade ornithologique à vélo, encadrée par un animateur de la Ligue pour la Protection des Oiseaux, avec possibilité de prêt de vélo gratuit sur réservation. Au cœur de l'estuaire de la Charente, halte migratoire entre le nord de l'Europe et l'Afrique et sites de nidification, les marais de Fouras les Bains accueillent une grande diversité d'oiseaux d'eau, échassiers et de passereaux... 2h30 d'authenticité entre faune et paysage.

→ Tous les jeudis à 9h30 en juin, juillet et août. Tarif : 7€ adulte
Office de tourisme de Rochefort Océan - Avenue du Bois Vert à Fouras
Tél. 05 46 84 60 69

Cercle Nautique de Fouras

Quai de l'histoire

Yves, Michel, Christian, Alain, Gilles… les douze compagnons du CNF qui se sont lancés entre 2007 et 2009, dans la formidable aventure de la restauration d'une lasse ostréicole désormais bien connue sous le nom de Fourasine, n'ont pas raccroché leurs outils pour autant ! Bien au contraire, cet épisode hautement symbolique a été l'impulsion pour ces loups de mer à la retraite de donner cœur et corps à la section Vieux Gréements du Cercle. "Se retrouver autour d'un projet les mois d'hiver pour apprendre et développer notre savoir-faire, constitue notre motivation principale. Avec la Fourasine, nous avons acquis des techniques grâce aux soutiens de professionnels (Alexandre Genoud, Anne Renault) et de l'association du Chantier Robert Léglise. Aujourd'hui, deux types d'embarcation font l'objet de toute notre attention, chaque jeudi à l'atelier. On discute du remplacement des planches de bordé (passées dans une étuve faite maison !) du Petit Prince, un canot à débarquer, ou encore de la réfection de la Caragogne, caravelle semi-habitable, propriété d'un Fourasin qui nous a sollicités pour la remettre à flots", confient Yves Malvaud et Michel Boncens, membres du bureau. De la fierté, ces marins fieffés bricoleurs, peuvent en avoir lorsque l'on pose le regard sur cette magnifique petite annexe en acajou (cf photo) qui figure parmi leurs derniers ouvrages. À l'heure d'été, le CNF, membre du collectif Patrimoine Navigant en Charente-Maritime, s'apprête à vivre pleinement son activité saisonnière (dériveurs, voiles légères) avec ses 200 adhérents et vous convie à un spectacle exceptionnel de 40 bateaux en escale au Port Sud, le 5 juillet dans le cadre des festivités organisées à l'occasion de la mise à l'eau de la coque de l'Hermione. Mer et patrimoine, des histoires, des vies.

→ Port Sud à Fouras

VAGUE DE DÉTENTE

Laissez-vous submerger par une vague de détente grâce aux techniques manuelles de relaxation californiennes, thaï et hawaïennes pratiquées par Florence.

→ 8 bis rue de la Halle à Fouras / Tél. 06 87 61 50 48 / vaguededetente@gmail.com
relaxation-fouras-vaguededetente.fr

SARL LEZINEAU

Cédric Lezineau est à votre service pour vos travaux d'électricité en neuf ou en rénovation, ainsi que pour la pose de pompe à chaleur et de climatisation dans le respect de l'environnement.

→ 9 rue du Moulin de Soumard à Fouras
Tél. 09 81 75 04 63 et 06 69 48 29 84
sarllezineau@bbox.fr

LE PETIT TRAIN DE FOURAS

Découvrez Fouras autrement, à l'occasion d'une promenade commentée à bord du petit train touristique. Tous les jours au départ du Fort Vauban à Fouras.

→ Tél. 06 31 97 28 73
petit.train.fouras@laposte.net

BRUNO TAXI

Bruno est à votre service pour tous vos déplacements personnels ou médicaux 24h/24h et 7 jours/ 7.

→ 54 rue Victor Hugo à Fouras
Tél. 07 78 11 65 57 et 06 07 54 49 03
et 05 46 84 56 80

RÉSIDENCE MÉDICALISÉE LA PRESQU'ÎLE

Une équipe de professionnels vous accueille et vous accompagne de façon personnalisée dans un cadre de vie exceptionnel, en court ou long séjour, ainsi qu'en accueil de jour.

→ Rue Grignon de Montfort à Fouras
Tél. 05 46 82 33 33
presquile-fouras@domusvidolcea.com

BOUCHERIE CHARCUTERIE TRAIN

Éric Train est à votre service tous les jours de 7h à 13h sous les halles du marché de Fouras, pour tous vos achats de viande limousine, bœuf, veau, agneau, charcuterie et plats cuisinés.

→ 20 rue des Halles à Fouras
Tél. 05 46 82 71 43

NATUR'ELLE

Votre boutique Natur'elle vous propose tout au long de l'année : alimentation bio, produits bébé, produits cosmétiques, compléments alimentaires, huiles essentielles, fleurs de Bach et produits d'entretien. Venez commander chaque semaine votre panier bio de fruits et légumes à partir de 10€.

→ 10 rue de la Halle à Fouras
Tél. 05 46 83 14 76 / www.biofouras.fr

FOURAS OPTIQUE

À votre service depuis 25 ans, Philippe Lombard vous propose un large choix de montures optiques et solaires et vous conseille pour répondre à vos besoins au prix le plus juste.

→ 14 rue de la Halle à Fouras
Tél. 05 46 84 57 77 / fourasoptique.com
fourasoptique@wanadoo.fr

La cuisine d'Anne

Dans notre rubrique "C'est ma cuisine", cette lectrice a souhaité pour son espace de vie, une décoration chaleureuse et colorée dans l'esprit années 50 revisité avec des détails d'influence marocaine. Un voyage rétro aux notes de Médina. Retour sur projet.

D'où vient votre inspiration ?
De mes lectures et de mes voyages sûrement. Il y a aussi une part d'improvisation qui confère le style à la pièce. Tout peut partir d'un objet. Par exemple, je pense que c'est la table ronde qui donne toute la configuration à la cuisine. Autour d'elle, s'articulent de façon spontanée les étagères, le porte-manteau pêle-mêle, le buffet bas et le plan de travail carrelé.

Pourquoi cette association de styles ?
Ma cuisine, c'est un peu comme un courant d'air du monde avec des objets sentimentaux, d'autres chinés ou rapportés de voyages. Le fer forgé, les plaques émaillées, les mosaïques et les céramiques forment aussi un joli jeu de matière. Et puis dans le style rétro années 50 tout comme dans l'esprit marocain, il y a ce jaune d'or, ce bleu infini, ce rouge terre qui sont autant de couleurs de vie.

Authentique, acidulée, rétro, esprit indus, design… envoyez-nous la photographie de votre cuisine sur redaction@icimagazine.com. Nous établirons prochainement une sélection commentée à paraitre dans notre rubrique habitat.

CHEMINÉES PHILIPPE
LE CHAUFFAGE DURABLE

Solidement implantées à Rochefort depuis plus de 30 ans, les Cheminées Philippe développent un savoir-faire national qui place l'enseigne en tant que 1er fabricant européen de cheminées. En localité, retrouvez Jean-Christophe et Émilie, à Rochefort, et Catherine, à l'antenne oléronaise ouverte en 2010, pour répondre à tous vos projets d'installation de chauffages écologiques (la force du bois !) et de qualité : cheminées, poêles à bois, poêles à granulés… avec des marques prestigieuses, les Cheminées Philippe bien sûr, mais aussi Godin ou encore Extraflame.

CUISINE DE PLEIN AIR

À l'heure des barbecues et des apéros ensoleillés, faites le choix d'une cuisine saine et savoureuse à la plancha. Issu des traditions culinaires du Sud-Ouest et de l'Espagne, ce mode de cuisson simple et ludique s'affiche avec tendance sur nos tablées estivales. Retrouvez chez Cheminées Philippe toute une gamme de planchas de la marque basque Forge Adour, réputée pour ses produits innovants et de qualité.

→ Du mardi au vendredi 10h-12h et 14h-18h, le samedi 14h-18h. 48 avenue du 11 novembre 1918 à Rochefort / Tél. 05 46 99 65 99 cheminees-philippe.rochefort@orange.fr

→ Du mardi au samedi 10h-12h et 14h30-18h30. 69 av. de Bel-Air à St Pierre d'Oléron / Tél. 05 46 47 09 13

AC DÉCO
Un intérieur au naturel

Dès sa première formation professionnelle sur l'isolation à base de chaux, Sébastien s'est littéralement épris pour ce matériau qu'il définit lui-même de "magique". Militaire de formation et ayant enchaîné les expériences (dont un stage tadelakt à Marrakech), c'est avec rigueur que ce passionné intervient sur vos projets de décoration et d'agencement : enduits décoratifs à base de terre, stucs, badigeons, tadelakt, cloisons sèches et isolation naturelle. "J'aime l'idée d'un travail périlleux et minutieux qui dure dans le temps", confie Sébastien, qui cumule les déplacements dans tout le département. En témoignent la réalisation de ce chantier de doublage en blocs de chanvre, et cette salle de bain en tadelakt.

→ 16 rue du Bosquet à Sainte Radegonde Tél. 06 82 13 06 52 et 05 46 97 26 95 www.acdeco17.fr / contact@acdeco17.fr

ACCLEANER
UN AIR FRAIS ET SAIN POUR L'ÉTÉ

L'arrivée de la saison estivale rime bien souvent avec l'augmentation des températures, et l'envie de se mettre au frais. À la maison comme au bureau, la ventilation et l'air conditionné sont des alliés précieux dans cette recherche de fraîcheur. "Il ne faut pas négliger l'entretien et le nettoyage de vos appareils de ventilation, ne serait-ce que pour des raisons de sécurité. Côté air conditionné, un manque d'entretien peut conduire à des problèmes de condensation, et des bactéries risquent de se développer et de se concentrer dans les conduits." À l'aide de produits 100% biologiques et biodégradables, Pierre Huet traite et nettoie en profondeur vos installations pour purifier votre intérieur.

→ Interventions sur le Département. Établissement au 12 rue du moulin de Saint Saturnin à St Agnant. Tél. 06 16 91 57 29 p.huet@accleaner.eu / www.accleaner.eu

Suivi "à chaux" d'un chantier

Dans l'ancien, murs et cloisons présentent souvent des irrégularités. L'enduit à la chaux se révèle un revêtement de protection et de présentation étonnant. Il faut dire que la chaux affiche de nombreuses qualités : bactéricide, hygiénique, anti-moisissures et résistante au feu. Détails des étapes dans une charentaise en rénovation.

Étape 1 : préparation du support
Brosser votre mur pour le nettoyer, puis l'humidifier à saturation la veille du chantier de sorte qu'il soit encore humide le lendemain.

Étape 2 : préparation de la chaux en pâte
Diluer votre chaux en pâte avec de l'eau, de manière à lui donner la texture d'une pâte à crêpe, à laquelle vous rajouterez du fixateur latex afin d'éviter le poudrage (100ml de latex pour 5kg de chaux pour la 1ère couche, et 100ml pour 6kg à la 2e couche). Petite astuce : insérer quelques gouttes de liquide vaisselle pour faciliter le mélange. Attention, la chaux est très alcaline et attaque la peau : portez des gants et des lunettes de protection.

Étape 3 : application de la préparation
Appliquer le badigeon à l'aide d'un spalter (large pinceau plat) ou d'une brosse (en fonction de l'effet souhaité et des éventuelles irrégularités du mur à rattraper) en couches croisées ou verticales. Remuer la préparation régulièrement et ajouter éventuellement un peu d'eau pour conserver la consistance de la pâte à crêpe. Laisser sécher 24h. Après séchage, mouiller la 1re couche et appliquer la seconde. En séchant, la chaux durcit au contact de l'air et prend sa teinte définitive.

Petit arbre design, un grand geste pour la planète

21 cm de haut et 9 capteurs solaires, voici un nouvel objet design qui permet de recharger vos téléphones (styles iPhone et Blackberry). Les panneaux solaires sont réactifs à la lumière artificielle (lumière des bureaux par exemple), ce qui lui permet de fonctionner également en intérieur, même si le soleil est absent. Inclus mini câble USB et mode d'emploi.

→ 100€ sur www.all-our-energies.com

POUR VOTRE JARDIN

Laetitia est à votre service pour l'entretien de vos espaces verts et la création de vos massifs.

→ Chèques emploi services acceptés.
42 route des Flamands à Loire-Les-Marais
Tél. 05 46 84 44 96 et 06 66 94 85 47
laetitia-auger1@hotmail.fr

SOF ELEC SERVICES

COMPÉTENCES ÉCLAIRÉES

À votre service depuis 8 ans, Sofiane et son équipe règlent tous vos soucis électriques, toujours en phase avec la législation suivant l'évolution constante des normes. Besoin de conseils pour effectuer des modifications, des nouveaux aménagements intérieurs, des mises en conformité, ou tout simplement un nouveau projet… ? Faites appel à Sof Elec ! À l'époque des économies d'énergie, l'entreprise s'investit également dans les énergies renouvelables. Toujours soucieux de vous satisfaire, Sof Elec, c'est aussi la pose de cloisons sèches : des travaux facilités avec un seul interlocuteur !

→ 10 rue du Port Pilet à Moragne
Tél./Fax : 05 46 83 91 74 / 06 84 12 27 63
sofelecservices@orange.fr

Jardinier, fais-moi peur !

Tous les jours en venant au bureau, je pensais m'être prise d'amitié pour un rapace qui survolait les champs de mon voisin paysan, toujours au moment où je passais près de lui. Jusqu'au jour où, en y regardant de plus près, je me suis aperçu qu'il s'agissait en fait… d'un cerf-volant ! On connaissait les épouvantails (pour lesquels leurs concepteurs s'en donnent à cœur joie afin de créer l'illusion parfaite d'un humain au travail, avec une tête en boite de conserve, affublé d'une vieille casquette et d'une chemise rapiécée…), les CDs dans les arbres pour éloigner les voraces étourneaux, voilà maintenant le cerf-volant effaroucheur, un anti-oiseaux plus vrai que nature ! Si l'on en croit le manuel, on est au top de la technologie : "Le cerf-volant effaroucheur a la forme et la mimétique d'un rapace (épervier ou faucon pèlerin), prédateur naturel des oiseaux (pigeons, corbeaux et corneilles, étourneaux et autres moineaux, merles, etc.) qui s'attaquent aux cultures et jardins. Étudié pour voler au bout d'une perche et reproduire le vol du rapace en chasse (il bat même des ailes !), il est constitué de matériaux de hautes qualités (toile nylon et fibre de verre), assurant ainsi une utilisation durable sur plusieurs années." Une chose est sûre en tout cas : avec moi ça a marché !

→ Dispo chez Arnoult Brico
Rural Expert à Pont l'Abbé d'Arnoult / Tél. 05 46 97 87 06

Carnet d'une urbotaniste

Lullie enchante les réalités les plus prosaïques grâce à sa vision poétique et décalée. Et s'il existait une nature insoupçonnée au cœur de nos cités archi-bétonnées ? Et si le bitume était une plante invasive et les poubelles, des animaux se régalant de nos ordures ? Durant une année, l'auteure est ainsi partie explorer la ville tel un jardin avec sa faune et sa flore spécifiques. Saison après saison, ce carnet vous plonge dans le monde étrange et humoristique de l'urbotanique. Laissez-vous guider…
Lullie / Plume de carotte / 24€

BORDAGE BRUNO

VOUS MET AU COURANT !

Spécialisé dans l'installation électrique traditionnelle, votre électricien Bruno Bordage fait la lumière sur les économies d'énergie. En neuf, en rénovation ou en dépannage, ce professionnel met ses 20 années d'expérience au service de votre confort. Sécurité, confort et économies d'énergie, 3 bonnes raisons de le contacter !

→ La Grollière à Saint Agnant
Tél. 05 46 82 38 52 et 06 82 99 82 27

Cabas
Le Tanneur, 89€

LA PARAPHARMACIE
AU CONFORT DU MALADE
Ouverture d'un Institut de beauté !

"Votre confort passe par votre santé et votre bien-être mais aussi par votre beauté, aussi Marion, notre esthéticienne diplômée, vous accueille en cabine le samedi sur rendez-vous à partir du 9 juin dans notre parapharmacie." Elle réalise pour vous toutes les prestations esthétiques, épilations, soins du visage, soins du corps, beauté des mains et des pieds, maquillage… L'occasion de se faire chouchouter dans un espace qui prend déjà soin de vous avec un choix de marques prestigieuses, de gammes bio, dermatologiques… à prix justes !

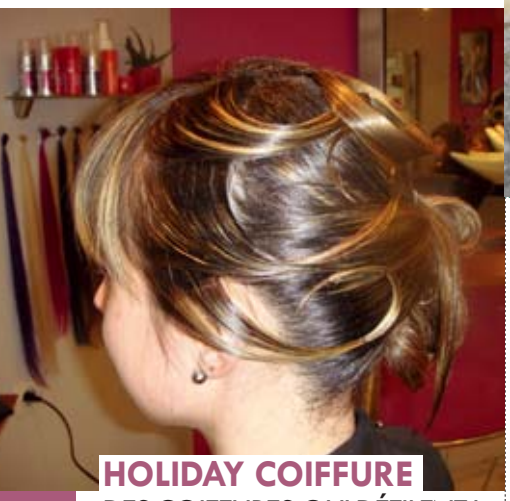
➜ Parapharmacie ouverte du lundi au samedi 9h-12h30 et 14h30-19h. Soins esthétiques le samedi sur RDV. ZAC Le Riveau – rue Gustave Oriot à Bourcefranc le Chapus / Tél. 05 46 85 69 70 www.auconfortdumalade.com

Sthanna vit l'été dans toute sa générosité avec le feu du rouge dans le top et les chaussures, et la douceur du beige dans la mini-jupe et le tee-shirt Marcel superposé. La jeune femme ose le contraste avec passion. Soleil ou clin d'œil aux vacances également dans le choix des boucles d'oreilles et du vernis à ongles, bleu lagon. Le détail mode : le bracelet de cheville ethnique qui sublime un peu plus le pied déjà mis en beauté par de superbes Babies.

COIF'LAURE
LA BEAUTÉ SOUS TOUS SES ASPECTS

De retour dans leur salon initial, Laure et son équipe vous invitent à découvrir leur nouveau décor placé sous le signe de la détente. Au programme : ambiance chaleureuse, fauteuil massant, soins bonne mine, maquillage, forfaits mariée… À découvrir également : les produits System Professional de Wella ainsi que la gamme maquillage BEYU. Coif'Laure, votre référence beauté à Tonnay Charente.

➜ 152 avenue De Gaulle à Tonnay Charente / Tél. 05 46 88 71 59



HOLIDAY COIFFURE
DES COIFFURES QUI DÉFILENT !

Le 28 avril dernier, Coralie a participé à la réussite du défilé de mode organisé par l'association "Action Cœur de Ville" à Rochefort. Cette professionnelle a en effet coiffé les mannequins avec minutie pour la soirée. Diplômée à la fois en esthétique et en coiffure, elle a l'œil pour vous conseiller sur des coupes et des coiffures qui vous ressemblent. Nouveau : découvrez la gamme de colorations bio Izaé d'Eugène Perma (fabriquée en France).

Forfait mariage, épilation, maquillage.

➜ Du mardi au vendredi 9h-18h30 et le samedi 9h-17h. 19 avenue Marcel Dassault, Quai Tahiti à Rochefort Tél. 05 46 87 24 21 / Page Facebook

Horoscope

Bélier Vos affaires auront toutes les chances de prospérer. Amour : la période sera très propice à l'épanouissement affectif. Pour les cœurs solitaires, une rencontre déterminante. Santé : maux de dos à répétition. Envisagez la natation !

Taureau Vos projets vous transporteront sur le plan professionnel. Le tout est de ne pas vous laisser dépasser. Planifiez vos actions avec méthode. Amour : vos amis vous sembleront indiscrets. Santé : énergie à canaliser. Alimentation à surveiller.

Gémeaux Vous serez fortement sollicité(e). Ne vous laissez pas prendre aux jeux de la flatterie. Vos relations privées vous feront vivre des moments intenses et harmonieux. Dépenses : restez rigoureux. Santé : douleurs articulaires.

Cancer Vous éprouvez une force intérieure, davantage de confiance en vous. Travail : vous aurez des opportunités de créer de véritables avancées et de trouver la consécration de vos efforts. Santé : sensibilité dentaire, ne traînez pas !

Lion La période est idéale pour la mise en œuvre d'un projet collectif. Immobilier ? Placement ? Travail : vous êtes à un tournant de votre carrière. Vos acquis et votre expérience sont remarqués. Santé : fatigue passagère, ne négligez pas votre sommeil.

Vierge Vous aurez fort à faire pour gérer votre temps. Votre rythme de vie s'intensifie et vous fera évoluer vers plus de plénitude. Travail : le succès de vos actions est imminent, ne lâchez rien ! Santé : laissez-vous vivre et chassez ce stress !

Balance Vous aurez la satisfaction de résoudre des conflits pénibles. Vous surprendrez votre entourage par la force de votre détermination. Travail : la création sous toutes ses formes est favorisée. Santé : attention aux allergies alimentaires.

Scorpion Examinez soigneusement vos atouts et vos faiblesses. Vous aurez l'énergie d'aller jusqu'au bout de vos initiatives. Néanmoins, ne vous dispersez pas ! Amour : vous vous impliquez entièrement dans votre relation. Santé : quelle forme !

Sagittaire Vous posez vos marques professionnelles. C'est le moment de revendiquer vos droits légitimes. Amour : vous vous montrez trop impatient(e). Modérez vos émotions et prenez le temps de comprendre votre partenaire. Santé : tension au niveau du cou.

Capricorne Votre optimisme va vous permettre de dépasser bien des barrières. Votre audace sera payante et vous attire la sympathie de ceux qui vous aideront à atteindre vos objectifs. Amour : votre sens de l'écoute est omniprésent. Santé : sport au programme.

Verseau Votre personnalité vous vaut de francs succès. Des hésitations s'évanouissent. Travail : La reconnaissance est au rendez-vous. Amour : vous serez capable de coups d'éclat pour surprendre votre moitié. Santé : renforcez votre musculature !

Poissons Les sentiments vont prendre une importance considérable dans votre vie. Vous n'arrivez plus à contrôler votre nervosité. Votre fantaisie vous permettra de sortir de cette impasse. Amour : surprise sentimentale. Santé : insomnies.

Mes accessoires soleil

La mode, on ne s'en lasse pas et le soleil, on adore ! Alors lorsque les deux fusionnent, nos dressings féminins reflètent notre joie en alliant l'utile à la tendance. À la plage ou côté jardin, capeline, lunettes de soleil aviateur ou encore sac oversize prennent la pose.

Le maître-mot : profiter !

Chapeau souple
Dorothy Perkins, 15€

Lunettes de soleil
style aviateur Asos, 16,29€

Serre-tête pastel
à pois Dorothy Perkins, 8€

EFFÉA METTEZ VOS KILOS K.O. !

L'arrivée des beaux jours a été l'élément déclencheur. C'est décidé, en juin, vous voulez perdre du poids, raffermir votre corps et vous sentir plus à l'aise dans vos tenues d'été ! Cependant, choisir la méthode qui fonctionne n'est pas toujours chose aisée. La solution ? Optez pour le coaching minceur Efféa, leader de l'amincissement et du bien-être depuis plus de 15 ans.

SON HISTOIRE PEUT ÊTRE LA VÔTRE…

Fabienne, 44 ans : "6 mois de soins, de détente et le but est atteint : -20 kg. Incroyable, mais ces kilos en moins, sans effort, m'apportent une nouvelle santé ! Je continue encore pour atteindre une stabilité et vive le maillot de bain… Merci Christelle."

TESTEZ LE DÔME

Nouveau soin minceur, le Dôme vous plonge dans un monde de douceur et de confort. Pourquoi il fait déjà fureur ? Parce qu'une séance, c'est l'équivalent de plus de 20km de course à pied, la fatigue en moins ! Il régénère, purifie, élimine les toxines et aide à l'amincissement en réduisant la peau d'orange. Résultat, vous affinez votre silhouette, vous retrouvez une peau lisse, douce et raffermie… le tout sans aucun effort. Le plus : cette technique unique allie minceur, beauté et bien-être pour votre plus grand plaisir. Alors, laissez-vous envahir par cette sensation sans pareille en prenant rendez-vous dès aujourd'hui !

EFFÉA, UN SAVOIR-FAIRE SUR-MESURE

La méthode Efféa permet de vous accompagner en douceur vers le bien-être, grâce à un programme personnalisé selon votre morphologie, vos habitudes et vos besoins.

→ Bilan corporel / Programme adapté / Suivi nutritionnel
6/8 Avenue Gambetta à Rochefort / Tél. 05 46 88 48 59
www.rochefort.effea-minceur.com

UNE SÉANCE DÉCOUVERTE EFFÉA DÔME À 45€ AU LIEU DE 65€*

*Voir conditions en centre.

ATELIER DES TRUCS CHOUETTES
DES CRÉATIONS UNIQUES

Spécialiste dans l'art de customiser et transformer, Caroline exprime son savoir-faire artisanal au travers des bijoux, accessoires et objets de déco avec une notion de développement durable. Cette créatrice-recycleuse est à votre disposition pour des réunions à domicile ou ventes en comité d'entreprise sur rendez-vous. À noter qu'elle réalise également vos objets sur commande et peut les remettre au goût du jour.

→ 3 rue du 8 Mai 1945 à Breuil Magné
Tél. 05 46 82 64 14 et 06 78 60 08 29
caroline@trucchouette.fr

MURIEL CLÉMENCEAU
LE SALON DE COIFFURE À DOMICILE

Vous avez envie de changer de tête, mais vous n'avez pas le temps de vous déplacer ? Avec la coiffure à domicile, c'est le salon qui vient à vous ! Forte de 30 années d'expérience, Muriel est équipée du même matériel qu'un salon de coiffure : un climazon pour les permanentes, les couleurs et les mèches, un casque à mise en plis, un bac à shampooing, des serviettes, des peignoirs, un sèche-cheveux, le matériel de coupe, les produits techniques et capillaires…Vous n'avez rien à fournir !

→ Déplacements dans l'île d'Oléron, le bassin de Marennes et la presqu'île d'Arvert. Du lundi après-midi au samedi matin inclus. Tél. 06 10 95 41 85 et 05 46 85 08 92

Gaspacho de concombre aux herbes fraîches en 15 minutes

Ce dont vous avez besoin :
3 concombres, 1/2 bouquet de basilic, 1/2 bouquet de menthe, 1 citron, 6 cuillères à soupe de fromage blanc 0%, sel et poivre.

Éplucher les concombres et les couper en dés. Ajouter les feuilles de basilic et de menthe lavées, le jus du citron pressé et fromage blanc. Assaisonner et mixer le tout. Vous pouvez rajouter d'autres herbes en fonction de celles présentes dans votre jardin aromatique : ciboulette, coriandre…

DU NOUVEAU À LA CHALOUPE

Depuis leur reprise de l'hôtel-restaurant la Chaloupe à Port-des-Barques, Patrice et Hélène commencent à prendre leurs marques, et ont décidé de présenter de nouveaux produits et de nouveaux plats, autour d'une cuisine simple et sans prétention. Sous la véranda face à la mer, ou dans la salle à l'ambiance plus chaleureuse, vous pourrez passer un moment de détente en famille ou entre amis. Envie de découvrir les lieux ? Pour la fête de la Musique, la Chaloupe vous embarque à son bord pour une croisière musicale tout compris sur réservation au son du groupe rochefortais Rodise. **Renseignez-vous et réservez vite.**

→ Ouvert tous les jours midi et soir.
Accueil de groupes associatifs, anniversaires, mariages…
49 av de l'île Madame à Port-des-Barques
Tél. 05 46 83 00 10. www.lachaloupe17.com

RESTAURANT L'ESTRAN UN CADRE UNIQUE

C'est au bord de la Charente qu'il fait bon de découvrir et redécouvrir l'Estran et son cadre enchanteur. À l'intérieur, décor intimiste, hôtes aux petits soins et cuisine pleine de fraîcheur sont à l'honneur. La carte de saison rend hommage au lieu à travers une large sélection de spécialités de la mer : moules-frites et ses assaisonnements gourmands, crustacés, poissons frais… Une escale idéale en ce début de printemps !

→ Réservations conseillées.
Ouvert tous les jours midi et soir.
2 rue Henri Drouet à Soubise
Tél. 05 46 82 72 06

KER ZEN LE GOÛT DES BONNES CHOSES

Cécile et Fred vous accueillent en famille, autour de tables généreuses à prix zen. Découvrez leurs spécialités (et succombez !) : galettes bretonnes, pizzas, pom ô four garnies (pomme de terre avec différents ingrédients et sauces), plats du jour de saison… Parmi la carte aussi complète qu'alléchante, le plus difficile sera de choisir !

→ Du lundi au samedi, midi et soir. Menu midi et soir à partir de 8,95€ (6,25€ pour les enfants). 27 rue Gambetta à Rochefort
Tél. 05 46 88 18 49 / www.kerzen.fr

-10%* SUR L'ADDITION SUR PRÉSENTATION DU MAGAZINE.
*Hors boissons, offre valable jusqu'au 30 juin 2012, non cumulable avec d'autres offres en cours.

LA VERTE OSTREA
Fraîcheur locale

En promenade sur le port ostréicole de Marennes, on se laisse charmer par le cadre typique des cabanes à huîtres et par le va-et-vient des chalands au bord des rives de la Seudre. Au cœur de ce paysage pittoresque, La Verte Ostrea nous invite à plonger directement dans le patrimoine gastronomique local avec une cuisine légère et raffinée, élaborée à base de produits frais travaillés en cuisine : huîtres chaudes de différentes saveurs, poêlée de céteau, foie gras au Pineau, et les succulents desserts maison… En salle ou sur la toute nouvelle terrasse sur pilotis, venez apprécier ces recettes avec vue imprenable sur le port de la Cayenne !

→ Port de la Cayenne à Marennes
Tél. 05 46 85 36 00
la-verte-ostrea@orange.fr

UN COCKTAIL MAISON OFFERT AUX LECTEURS D'ICI MAGAZINE !
*Sur présentation du magazine. Voir conditions.

BOUCHERIE CHEVALINE ROBIN DU NOUVEAU SOUS LES HALLES !

Avis aux amateurs : Fredy Robin, déjà présent en pays royannais, a installé son banc sous les halles de Rochefort depuis le 2 juin. Avec dynamisme et bonne humeur, ce boucher spécialisé en viande chevaline, accompagné de son épouse Christine, vous présente des viandes fraîches au détail et ses préparations bouchères et charcutières à base d'âne et de cheval, mais aussi de veau et d'agneau (appellation tendre veau garantie). Qualité et traçabilité sont au rendez-vous, en direct de la région (Anjou, Vendée, Poitou-Charentes). Saucisson sec, pâté, chorizo, andouille, mortadelle, saucisses fraîches faites maison, saucisses 100% veau maison, saucisse basque au piment d'Espelette à base de veau et agneau, merguez 100% agneau, grande gamme de brochettes et spécialités bouchère… Venez découvrir ces saveurs originales et nouvelles, à déguster tout au long de l'année autour du barbecue et des fêtes en famille ou entre amis.

→ Mardi, jeudi et samedi sous les Halles de Rochefort. Tous les jours à La Tremblade, le samedi matin à Saujon.
Tél. 06 26 75 20 18
05 46 36 81 55
06 27 91 68 13

AUBERGE DU LAC
LOISIRS SUR TOUTE LA LIGNE

Dans le cadre boisé du lac de Trizay (lac privé), venez titiller le poisson du bout de la ligne en toute convivialité ! Pêche aux carpes, aux carnassiers et pêche au coup… la pêche se pratique ici en no-kill (les poissons sont remis à l'eau), afin d'instaurer une pêche de qualité dans l'esprit du sport et du respect du poisson. Entre deux prises, promenade et loisirs vous attendent, et pour vous ravitailler, direction l'Auberge du Lac !

➔ Pêche payante sur réservation. 2 allée du Bois Fleuri à Trizay
Tél. 05 46 83 98 56 / www.lactrizay.com

événement *à retenir*

JUSQU'AU 30 JUIN

EXPOSITION

"Expéditions" d'Erika Bienabe. Chacun des tableaux raconte une histoire, histoire liée à celle de Rochefort, aux grands voyages maritimes, aux curiosités rapportées du bout du monde, mais aussi aux tribus Patagonnes Selk'Nam. Chaque œuvre est réalisée à partir d'archives, de documents "personnels" que l'artiste peintre collecte, assemble, compose pour raconter une histoire aux racines puissantes et authentiques. Visite libre.
Rue Audebert à Rochefort / Tél. 05 46 87 56 15 / www.corderie-royale.com

MAIES PAINS
PASSE À L'HEURE D'ÉTÉ

Huuummm… la bonne odeur du pain chaud, la perspective d'un petit-déjeuner croustillant ou d'un repas bien accompagné… Voilà une promesse gustative que remplit avec brio Maies Pains, qui vous régale de ses pains rustiques et spéciaux. Pour en profiter pleinement, la boulangerie pâtisserie (et aussi salon de thé !) vous accueille en été avec des horaires élargis, 7 jours sur 7. Tourte des glacis, pavé des sables, baguette citadelle, pain bûcheron… Autant de noms aussi énigmatiques qu'alléchants pour croquer la guigne craquante et fondre dans la mie savoureuse de ces recettes originales. À noter pour les gourmands : l'été sonne aussi le retour des glaces à l'italienne à emporter… Miamissima !

➔ À partir de mi-juin : ouverture 7j/7 de 7h à 20h. 15 place de la République au Château d'Oléron
Tél. 05 46 47 61 31

JUSQU'AU 28

EXPOSITIONS PRINTEMPS

Dans le hall de l'Office de Tourisme à Fouras les Bains, Avenue du Bois Vert, des expositions d'artistes (peintres, sculpteurs, photographes et autres)… Du 1er au 7 : Valérie Chamignon (tableaux en sable et coquillages), du 8 au 14 : Fernad Lepais (huiles - paysages), du 15 au 21 : Christian Debee (huiles et acrylique - poissons et paysages), du 22 au 28 : Marie Claire Leaute (techniques variées - portraits).

JUSQU'AU 30

CONCOURS LITTÉRAIRE

Thème du concours adulte : Version originale. Thème du concours Jeune : Fantasme(s). Date limite d'envoi des manuscrits, le 30 juin 2012. Médiathèque de Tonnay Charente.
Tél. 05 46 82 14 45

+ DE DATES

DU 12 AU 29 EXPOSITION

Exposition "Liberté" sur le thème des gens du voyage, prêtée par l'Association Départementale Voyageurs Gadjé 17 (ADVG 17). Renseignements à l'Office de Tourisme de Marennes.

LE 13 / CONCERT

À 19h, musique de chambre avec piano à l'Auditorium du Conservatoire de Rochefort. Organisé par le Conservatoire de Musique et de Danse .
Tél. 05 46 82 67 60.

LE 16 / COURSE CYCLISTE

Le Comité des Fêtes de Nieulle sur Seudre organise sa course de vélo annuelle au parc des éclades à partir de 14h. La fanfare brésilienne de La Rochelle Batala, viendra ensuite animer la journée, avant de laisser la place en soirée à Gilou et son p'tit accordéon ! Buvette - restauration sur place (cochons de lait, grillades, etc.) .
Tél. 06 58 37 38 72

LE 21 / SOIRÉE DÉGUSTATION

Notes aromatiques et musicales du côté d'Intercaves avec une animation dégustation et découverte de vins ponctuée de rythme dans le cadre de la Fête de la Musique.
90 avenue Diéras à Rochefort / Tél. 05 46 41 26 53

LE 21 GARDEN PARTY

Organisée par le restaurant l'Autre table à Échillais dans le cadre de la Fête de la Musique.

Association des Commerçants Action Cœur de Ville Rochefort

DU 21 AU 23 BRADERIE

Braderie de Printemps organisé par Action Cœur de Ville à Rochefort.
Tél. 05 46 84 11 63

LE 23 / SOIRÉE DANSANTE RENCONTRES

Voilà l'été ! Venez participer à une soirée dansante et rencontres avec un duo DJ –Chanteur ! Entrée : 12€. Pâtisserie offerte. À partir de 20h30 à la Salle Aliénor d'Aquitaine à Saint Jean d'Angély.
Tél. 06 72 73 38 76

LE 24 / BROCANTE

À Echillais : Vide-grenier organisé par Org. Association Mycologique d'Echillais, Zone de plein air des Chaumes.
Tél. 05 46 83 74 65

JUSQU'AU 30 EXPOSITIONS ESPACE NATURE

Orchidées et papillons de Charente Maritime. Deux expositions pour présenter leur biologie, les dangers qui les menacent et les actions pour les sauvegarder.
Place Colbert à Rochefort / Tél. 05 46 82 12 44
www.ville-rochefort.fr

LE RELAIS DES VIGNES
Un cadeau expressif et unique

Envie de faire plaisir pour la Fête des Pères ? La bonne idée : se rendre au Relais des Vignes, une cave familiale qui ravit ses clients depuis plus de 25 ans. Champagne, Cognac, whisky, vieux pineau, location de tireuses à bières, alcool insolite… Parmi le large assortiment, Franck et Éléanor vous conseillent avec passion et vous proposent certains crus en dégustation afin de parfaire votre choix. À découvrir également : les jolis rosés qui s'invitent à l'apéritif et qui se marient parfaitement avec vos plats d'été. Des notes estivales finement sélectionnées et dotées d'une grande qualité !

➔ Du mardi au samedi de 9h à 12h30 et de 15h à 19h. 33 av. Colonel Fuller à Rochefort / Tél. 05 46 87 60 73 / www.relais-des-vignes.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Consommer avec modération.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

TURPIN
Création

Entre modernité et exception

GRAND ARRIVAGE DE NOUVEAUTÉS !

7 rue Cochon Duvivier à Rochefort
Tél. 05 46 99 49 11 / turpin-creation@orange.fr

NOUVEAU
LA ROCHELLE - SAINTES

Forma17
Centre de formation

Nos formations

Secteur sanitaire et social :
- CAP Petite enfance en 1 an
- Préparation à l'épreuve EP1 pour assistante maternelle
- ADVF (titre professionnel Assistante De Vie aux Familles)
- Préparation aux concours paramédicaux en formation classique et intensive (AS, AP, ATSEM, Infirmier, kiné)
- BTS ESF en 1 an
- HACCP

Secteur esthétique en partenariat avec l'Institut Belle & Chic :
- CAP esthétique

Secourisme et sécurité en partenariat avec CFS17 :
- SST
- PSC1
- CAP Agent de sécurité en 1 an
- Titre professionnel Agent de sécurité

Autres :
- Préparation au concours ETAPS
- CAP Services hôteliers

Pour plus de renseignements

Forma17

05 16 85 24 91 - 06 78 89 90 14 - 06 65 54 49 52
contact@forma17.fr - www.forma17.fr

Siège social – 26 rue de la Grève 17230 MARANS
S.a.r.l au capital de 2000 € - RCS La Rochelle 531 638 336 – APE 8559A

URBAN GYM
le sport pour tous & sans frime

CARDIO TRAINING - FITNESS - MUSCU
SUR ROCHEFORT

OUVERT 7/7 JRS - 365 JOURS PAR AN - DE 6H À 23H

URBAN GYM
05 46 99 70 01
6 Rue Paimpol - 17300 ROCHEFORT
www.urbangym.fr